

---

Subject: Hat Joggen negativen Einfluss auf den HA?

Posted by [marie3](#) on Fri, 09 Jun 2006 09:06:29 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

hat jemand von Euch Erfahrungen gemacht, ob Joggen den Haarausfall noch verschlimmert? Ich habe mal etwas diesbezüglich gelesen.

Da ich vor 5 Wochen mit dem Joggen angefangen habe und mein HA sich seither verschlimmert hat, bin ich nun sehr verunsichert. Es fallen mir immer mehr Haare aus. Erst in 3 Wochen kann ich die Schilddrüse untersuchen lassen. Bis dahin will ich aber nicht tatenlos zusehen, wie mir die Haare ausfallen.

Hat vielleicht jemand von Euch noch einen Tipp was ich tun kann?

Beim Endo habe ich am nächsten Dienstag einen Termin und dann bekomme ich auch meine Blutwerte.

Vielen Dank und liebe Grüße Marie

---